



## THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASSAGE AND FATIGUE PATIENS IN THE HEMODIALYSIS WARD OF ROYAL PRIMA HOSPITAL 2025

**Yohana Agnes Zebua<sup>1</sup>, Ribka Juntri Yanti Dakhi<sup>2</sup>, Foibe Kristin Br Situmeang<sup>3</sup>, Bella Sakina Fitri<sup>4</sup>, Rindu Hari Lestari<sup>5</sup>, Karmila Br Kaban<sup>6\*</sup>**

PUI Paliative Care Universitas Prima Indonesia  
karmilakaban@unprimdn.ac.id

### Abstrak

*Patients undergoing hemodialysis therapy often experience fatigue, which can reduce physical ability and lower overall quality of life, as chronic kidney disease (CKD) is characterized by a gradual and irreversible deterioration in kidney function. Body massage is one of the many non-pharmacological treatments that is known to be successful in enhancing blood circulation and having a calming impact, which helps lower levels of weariness. The purpose of this study is to determine whether body massage might lessen fatigue in CKD patients receiving hemodialysis at Royal Prima General Hospital in Medan in 2025. In this study, two groups (intervention and control) were subjected to a pre-test and post-test using a quasi-experimental methodology. Using a saturation sampling technique, 50 respondents from the intervention group and 50 from the control group made up the sample of 100 respondents. The weariness Assessment Scale (FAS) was used to gauge the degree of weariness, and the Wilcoxon Signed-Rank Test was used to evaluate the results. Fatigue levels significantly decreased following the intervention, according to statistical analysis ( $p=0.000$ ;  $p<0.05$ ). These results show that regular body massage helps CKD patients receiving hemodialysis feel less exhausted. Therefore, for CKD patients receiving hemodialysis, body massage is advised as an additional therapy.*

**Keywords:** Body massage, Fatigue, Chronic Kidney Failure, Hemodialysis, Fatigue Assessment Scale (FAS), Complementary Therapy

### ABSTRAK

Pasien yang menjalani terapi hemodialisis sering mengalami kelelahan, yang dapat mengurangi kemampuan fisik dan menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan, karena penyakit ginjal kronis (PGK) ditandai dengan penurunan fungsi ginjal yang bertahap dan tidak dapat dibalikkan. Pijat tubuh merupakan salah satu dari banyak pengobatan non-farmakologis yang diketahui berhasil dalam meningkatkan sirkulasi darah dan memiliki efek menenangkan, yang membantu menurunkan tingkat kelelahan. Tujuan studi ini adalah untuk menentukan apakah pijat tubuh dapat mengurangi kelelahan pada pasien PGK yang menjalani hemodialisis di Rumah Sakit Umum Royal Prima di Medan pada tahun 2025. Dalam studi ini, dua kelompok (intervensi dan kontrol) menjalani tes pra-intervensi dan pasca-intervensi menggunakan metodologi quasi-eksperimental. Dengan teknik sampling saturasi, sampel terdiri dari 50 responden dari kelompok intervensi dan 50 dari kelompok kontrol, total 100 responden. *Fatigue assessment scale* (FAS) digunakan untuk mengukur tingkat kelelahan, dan *Uji Wilcoxon Signed-Rank* digunakan untuk mengevaluasi hasil. Analisis statistik menunjukkan bahwa tingkat kelelahan berkurang secara signifikan setelah intervensi ( $p=0.000$ ;  $p<0.05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa pijat tubuh secara teratur membantu pasien PGK yang menjalani hemodialisis merasa kurang lelah. Oleh karena itu, bagi pasien PGK yang menjalani hemodialisis, pijat tubuh dianjurkan sebagai terapi tambahan.

**Kata kunci:** Pijat tubuh, Kelelahan, Gagal ginjal kronis, Hemodialisis, Skala Penilaian Kelelahan (FAS), Terapi Komplementer

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

\* Corresponding author :

Address : UNIVERSITAS PRIMA INDONESIA

Email : karmilakaban@unprimdn.ac.id

## PENDAHULUAN

Penyakit ginjal kronis (PGK) adalah kondisi dimana terdapat kerusakan baik struktur maupun fungsi ginjal yang terus terjadi selama lebih dari tiga bulan. Gangguan ginjal akut didefinisikan sebagai kondisi di mana kerusakan pada fungsi ginjal terjadi secara tiba-tiba dan tidak berlangsung selama tiga bulan. Ginjal berfungsi sebagai pengatur utama keseimbangan internal tubuh dengan menormalkan cairan dan ion. Organ ini juga berperan mengeluarkan berbagai unsur, termasuk kalium klorida, natrium, dan kalsium, serta menjaga kondisi asam-basa agar proses fisiologis dapat berlangsung secara seimbang.

PAHO (2021) menyatakan bahwa ada korelasi linier antara usia dan peningkatan prevalensi penyakit ginjal kronis (CKD). Di Amerika Serikat pada tahun 2015-2016, pola yang serupa ditemukan: prevalensi CKD pada stadium 1 hingga 5 mencapai sekitar 13,7% pada kelompok usia 30-40 tahun dan meningkat menjadi 27,9% pada kelompok usia 70-80 tahun.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 638.178 orang di Indonesia menderita gagal ginjal kronis, dengan 321.060 pria dan 317.118 wanita. Selain itu, ada 1.259 kasus gagal ginjal kronis pada orang yang berusia 15 tahun ke atas. Data Infodatin (2017) menunjukkan bahwa sekitar 0,33% dari 36.410 orang di provinsi Sumatera Utara menderita penyakit gagal ginjal. Penyakit ini biasanya lebih umum pada orang yang lebih tua. Selain itu, Kota Medan adalah kota dengan jumlah kasus gagal ginjal kronis tertinggi di Sumatera Utara pada tahun

2021, menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara.

Untuk merelakskan otot dan meningkatkan aliran darah, *body massage* menjadi salah satu terapi yang dapat digunakan. *Body massage* teknik pemijatan yang lembut dengan penekanan pada area tertentu dari tubuh.

Hasil survei awal yang dilakukan di RSU Royal Prima Medan menunjukkan bahwa dari 50 pasien yang menjalani hemodialisis, sebagian besar mengeluh kelelahan; namun, pijat tubuh sebagai tindakan nonfarmakologis belum dilakukan. Seseorang dapat mengalami kelelahan secara subjektif, yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor fisiologis, salah satunya adalah penurunan selera makan.

## METODE

Studi kuantitatif ini menggunakan pendekatan quasi-eksperimental dan terdiri dari dua grup: grup intervensi dan grup kontrol. Dengan menggunakan desain ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana pijatan tubuh berdampak pada tingkat kelelahan pasien yang menderita gagal ginjal kronis dan menjalani hemodialisis. Dalam penelitian ini, sampel jenuh digunakan. Sebanyak 100 individu yang menjadi populasi penelitian kemudian diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yakni kelompok intervensi dengan 50 partisipan dan kelompok kontrol dengan jumlah partisipan yang sama.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia 20-30	7	14,0
Usia 31-40	7	14,0
Usia 41-50	17	34,0
>50 Tahun	19	38,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
Laki-laki	28	56,0
Perempuan	22	44,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
Kristen	29	58,0
Islam	18	36,0
Budha	3	6,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
SD	11	22,0
SMP	13	26,0
SMA	14	28,0
Sarjana	12	24,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>
IRT	13	26,0
Wiraswasta	17	34,0
Karyawan Swasta	16	32,0
Lainnya	4	8,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Hasil tabel menunjukkan jumlah total 19 responden, atau 38,0% dari total, berasal dari

kelompok umur di atas 50 tahun. Karakteristik pada kepercayaan, mayoritas menganut agama kristen

sebanyak 29 orang (58,0%) dari total responden. Sebanyak 14 orang (28%) dari responden memiliki pendidikan Sekolah Menengah atas (SMA). Dalam hal pekerjaan, 17 orang (34%) dari responden adalah wiraswasta.

Kategori	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Ringan	7	14,0
Sedang	16	32,3
Berat	27	54,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Sebanyak 27 responden (54,0%) termasuk dalam kategori kelelahan pada tingkat berat, menurut tabel sebelum *body massage*.

Kategori	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Ringan	35	70,0
Sedang	10	20,0
Berat	5	10,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Sebanyak 35 orang, atau 70 persen dari responden, berada dalam kategori kelelahan yang ringan, menurut tabel setelah *body massage*.

#### *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Pemberian <i>body massage</i>	n	Mean	SD	Z	P Value
Sebelum	50	2,40	728		
Sesudah	50	1,40	670	-4,993	0,000

Berdasarkan hasil analisis yang ditampilkan dalam tabel, kami mendapatkan bahwa nilai Z frekuensi adalah -4,993 antara variabel kelelahan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test), dengan nilai Sig. (2-tailed) adalah  $0,00 < 0,05$ .

#### Pembahasan

Menurut penelitian Wahyudi & Rantung (2024), 30 responden (75%) mengalami kelelahan berat sebelum tindakan untuk menurunkan tingkat kelelahan, dan 10 responden lainnya (25%) mengalami kelelahan ringan. Dari 50 orang yang terlibat dalam penelitian yang dilakukan, tercatat bahwa 27 orang (54%) dari total responden mengalami kelelahan berat, 16 responden (32,0%) mengalami *fatigue* sedang dan 7 orang (14%) dari total responden mengalami tingkat *fatigue* ringan sebelum dilakukan intervensi. Peneliti mengklaim bahwa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan perubahan dibandingkan dengan studi sebelumnya. Kajian sebelumnya tidak menemukan bahwa lama pasien menjalani hemodialisa mempengaruhi perbedaan ini.

Dari 27 responden (54,0%) yang sebelumnya mengalami kelelahan berat menunjukkan bahwa kondisi mereka telah membaik dimana kategori *fatigue* ringan menjadi 35 orang (70,0%), sedang 10 orang (20,0%) dan berat 5 orang (10,0%). Beberapa keluhan seperti gangguan tidur, dengan tingkat kelelahan berkurang menjadi ringan, dan beberapa orang sama sekali tidak lelah setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh, *body massage* memiliki efek positif terhadap masalah tidur responden. Sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Najib et al (2024), pasien sebelum intervensi

Tabel 2. Distribusi *Fatigue* pada pasien hemodialisis sebelum *body massage* di RSU Royal Prima Medan Tahun 2025

Tabel 3. Distribusi *Fatigue* pada pasien hemodialisis setelah *body massage* di RSU Royal Prima Medan Tahun 2025

Tabel 4. Hubungan *body massage* dengan *Fatigue* pada pasien penyakit ginjal kronis di ruangan hemodialisis di RSU Royal Prima Medan Tahun 2025

menerima skor 10,5, yang menunjukkan kelelahan berat; namun, setelah 7 hari intervensi, kombinasi pijatan kaki murottal naik menjadi skor 18,2, yang menunjukkan kelelahan sedang.

Penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat perubahan yang nyata pada tingkat kelelahan peserta setelah menerima intervensi *body massage*. Nilai p yang diperoleh dari uji Wilcoxon ( $0,000 < 0,05$ ) menegaskan bahwa  $H_0$  tidak dapat dipertahankan, sementara  $H_a$  dinyatakan valid. Data tersebut menunjukkan bahwa *body massage* memberikan kontribusi nyata terhadap penurunan kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nanda et al. (2023), yang mengungkap bahwa teknik *massage* tersebut turut membantu menurunkan tingkat kelelahan pada kelompok pasien tersebut. Hasil penelitian Sakit & Muhammadiyah (2025) sejalan dengan temuan sebelumnya, menegaskan bahwa *body massage* berpengaruh signifikan dalam mengurangi kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik. Studi tersebut juga mencatat adanya perbaikan berupa menurunnya rasa lelah, meningkatnya kualitas tidur, dan rasa kebugaran tubuh yang lebih baik.

Peneliti berpendapat bahwa tingkat kelelahan yang dialami pasien dengan gagal ginjal kronik dapat dipengaruhi oleh pijatan tubuh yang diberikan kepada mereka. Hal ini disebabkan oleh stimulasi peredaran darah dan otot, yang membuat pasien merasa lebih nyaman dan tenang. Selain itu, terapi ini menghasilkan perubahan positif pada kondisi fisik pasien, yang ditandai dengan penurunan rasa lelah. Terapi ini juga menyentuh aspek psikologis dengan mengurangi stres dan meningkatkan kualitas tidur, sehingga berhasil

menurunkan tingkat kelelahan pasien gagal ginjal kronik.

Peneliti menemukan bahwa pasien yang menjalani terapi *body massage* secara teratur mengalami penurunan tingkat kelelahan setelah mendapatkan intervensi *body massage*. Mereka juga mengatakan bahwa mereka memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena mereka tidak merasa lelah, tidur lebih nyenyak, dan merasa lebih segar di tubuh mereka. Selain itu, tingkat pendidikan dan pengetahuan pasien juga berpengaruh terhadap munculnya kelelahan. Kurangnya pemahaman tentang proses dan tujuan terapi dapat menyebabkan kesalahpahaman. Beberapa pasien merasa perawatan yang diterima sulit, melelahkan, atau bahkan menakutkan.

## SIMPULAN

Distribusi *fatigue* pada pasien hemodialisis sebelum intervensi mayoritas berat. Distribusi *fatigue* pada pasien hemodialisis setelah intervensi mayoritas ringan. Terdapat hubungan *body massage* dengan *fatigue* pada pasien PGK.

Studi ini kiranya menjadi evidence based untuk menerapkan terapi *body massage* sebagai terapi nonfarmakologis rutin dalam upaya untuk menurunkan tingkat *fatigue*. Diharapkan juga studi ini dapat dikembangkan sebagai bagian dari intervensi keperawatan yang aman, efektif, dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Nur Amalia. (2021). Penerapan Back Massage terhadap Fatigue (Kelelahan) Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Universitas Widya Husada Semarang*, 1(1), 7–13.  
<https://doi.org/https://doi.org/https://doi.org/10.33655/mak.v5i1.105>
- Halawa, A., Anggeria, E., Sitopu, R. F., Tarigan, Y. M. S., Novita, E., & Halawa, E. (2023). PENGARUH PIJATAN PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN EFFECT OF BACK MASSAGE ON REDUCING PHYSICAL FATIGUE. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan*, 1(3), 233–238.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.54443/sikonta.n.v1i3.619>
- Kementerian Kesehatan. (2022). Gagal Ginjal Kronik dan Penyebabnya. *Kemenkes Direktorat Jendral Kesehatan*.
- PAHO. (2021). The burden of kidney diseases in the Region of the Americas, 2000-2019. *Pan American Health Organization*.
- Rizki, M. R., & Nawangwulan, S. (2018). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Indomedia Pustaka.
- Sihombing, M., Marbun, Y. M., Sitompul, M. R. P., Ambarita, S. E. T., Halawa, K., & Kaban, K. B. (2025). Quick Of Blood Terhadap Penurunan Kadar Ureum Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Sedang Menjalani Terapi Hemodialisa. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(1), 97. <https://doi.org/10.33757/jik.v9i1.1262>
- SKI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia. *Survei Kesehatan Indonesia*.
- Angkasa, M. P., . I., & Hidayah, R. (2022). Pengaruh Back Massage Terhadap Tingkat Kelelahan Dan Kualitas Tidur Pada Pasien Yang Menjalani Tindakan Hemodialisa Di Rsud Bendan Kota Pekalongan. *Jurnal Lintas Keperawatan*, 3(2), 1–9.  
<https://doi.org/10.31983/jlk.v3i2.9266>
- Fatkhal Khairu Najib, Erna Rochmawati, & Akhmad Zuhri. (2024). Pengaruh Kombinasi Terapi Foot Massage dan Murottal Alquran terhadap Tingkat Kelelahan Pasien yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(2), 21–30.  
<https://doi.org/10.59680/medika.v2i2.1099>
- Nanda, J., Ayubbana, S., & Utami, I. T. (2023). Implementation Of Back Massage Towards Fatigues In Chronic Kidney Failure Patients At General Hospital Ahmad Yani, Metro City. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3), 371–377.
- Sakit, R., & Muhammadiyah, P. K. U. (2025). *Sci-Tech Journal*. 4, 152–163.
- Salma, D. S. P., Hidayati, E., & Olina, Y. Ben. (2024). Intervensi Foot Massage Pada Penurunan Tekanan Darah Pasien Gagal Ginjal Kronik. *Holistic Nursing Care Approach*, 4(2).  
<https://doi.org/10.26714/hnca.v4i2.13123>
- Soniawati, D., & Ulfah, M. (2023). Penerapan Terapi Foot Massage Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4(1), 7–12.
- Wahyudi, F. F. N., & Rantung, J. (2024). Hubungan Fatigue Dengan Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa Di Rumah Sakit Swasta Bandar Lampung. *Klabat Journal of Nursing*, 6(1), 50.  
<https://doi.org/10.37771/kjn.v6i1.1067>
- Zahro, A. L. A., Widiyanto, A., & Isnani, N. (2022). Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Journal of Language and Health Volume 3 No 2 , October 2022*, 3(2), 71–78.